HITACHI
Inspire the Next

日立IHジャー炊飯器

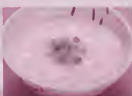
取扱説明書・料理集

RZ-CG10J形/RZ-CG18J形
RZ-CD10J形/RZ-CD18J形 家庭用

〈保証書付き〉 保証書は裏表紙に付いています。

ひじき入り玄米ごはん（27ページ）

玄米あずきがゆ（22ページ）

トマトとツナのリゾット風雑炊（22ページ）

たまご雑炊（23ページ）

青菜がゆ（26ページ）

赤　飯（28ページ）

五目ちらし（29ページ）

このたびは日立IHジャー炊飯器をお買い上げいただき、まことにありがとうございます。
ご使用になる前にこの取扱説明書をお読みになり、正しくお使いください。
お読みになったあとは、大切に保存し、必要なときにお読みください。
保証書は必ず「お買い上げ日・販売店名」などの記入をご確認ください。

ごはんの達人極上炊飯

シーンで選べる「3つの炊きかた」

極上炊飯※	とにかくおいしく炊きたい。
標準（白米）	おいしく炊きたい
快速炊飯	とにかく急いで炊きたい

極上炊飯は、じっくりと時間をかけてお米の甘みと粘りを引き出しながら炊き上げます。
標準（白米）炊飯は出来るだけ時間をかけずにおいしく、快速炊飯はとにかく急いで炊きたいときに、と シーンやお好みに合わせてコースをお選びいただけます。

※極上炊飯は、炊き上がるまで約80分～120分かかります。特に中量での炊飯がおすすめです。

全周大火力の 5IH&2-ワイドインバーター

〈RZ-CG10J形/RZ-CG18J形〉
内がま底部と側面下部に配置した4つのIH（1400W）と側面上部のIH（800W）を2つのインバーターで、交互に切り替えながら内がまを包み込むように加熱します。
さらにワイドインバーターで弱火から強火まで火加減して炊き上げます。

全周大火力の 2IH&ワイドインバーター

〈RZ-CD10J形/RZ-CD18J形〉
内がま底部と側面下部に配置した2つのIH（1400W）で、内がまを包み込むように加熱します。
さらにワイドインバーターで弱火から強火まで火加減して炊き上げます。

赤外線センサー搭載

ふた部に配置した「赤外線センサー」により内がまの中の温度を直接測り、釜底の温度センサーとともに温度をチェックしながら火加減し、少量でも満量でもおいしく炊き上げます。

とっ手付きディンプル内がま

ディンプル形状により、全周大火力IHの熱を効率よくお米に伝えます。
とっ手付きなので、内がまの取り扱いもラクラクです。

クリアコートステンレスボディー

〈RZ-CG10J形/RZ-CG18J形のみ〉
お手入れしやすいクリアコートステンレスのボディーです。

洗えるふた加熱板

ふたの内面が、はずせて洗えます。

お使いになる前に

ごはんを炊く前に

ごはんの炊きかた

扱いかた

安全のため必ずお守りください

この機器は一般家庭用です。業務用にはお使いにならないでください。

⚠警告	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容を示しています。
⚠注意	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が損害を負う可能性が想定される内容および物的損害のみの発生が想定される内容を示しています。

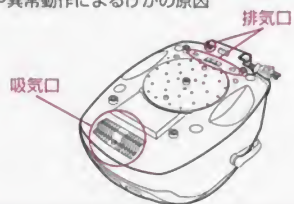
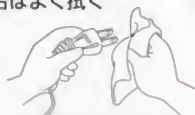
絵表示について

この取扱説明書および製品への表示では、製品を安全に正しくお使いいただき、あなたや他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するためにいろいろな絵表示をしています。
その表示と意味は右のようになっています。
内容をよく確認してから本文をお読みください。

⚠警告

改造はしない
修理技術者以外の人は、絶対に分解したり、修理をしない
火災・感電・けがの原因
修理はお買い上げの販売店または日立家電品のお客様ご相談窓口にご相談ください。
分解禁止

プラグの刃や刃の取付部分にほこりが付着している場合はよく拭く
火災の原因

吸気口・排気口やすき間にピンや針金などの金属物等、異物を入れない
感電や異常動作によるけがの原因

定格15A以上のコンセントを単独で使用する
他の器具と併用すると分岐コンセント部の異常発熱による発火の原因

プラグはコンセントの奥までしっかり差し込む
発煙・火災の原因

子供だけで使用させたり、幼児の手の届くところで使用しない
感電・やけど・けがの原因

ぬれた手でプラグの抜き差しはしない
感電の原因
ぬれ手禁止

コードやプラグが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない
感電・ショート・発火の原因

コードを傷つけたり、加工したり、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、高温部に近づけたり、重いものをのせたり、はさみ込んだりしない
コードが破損し、感電・火災の原因

交流100V以外の電源は使用しない
感電・火災の原因

炊飯中は絶対にふたを開けない
やけどの原因

水につけたり、水をかけたりしない
感電・ショートの原因
水ぬれ禁止

蒸気口に手を触れない
やけどの恐れ
特に乳幼児には触れさせない
接触禁止

絵表示の例

この記号は注意(危険・警告を含む)を促す内容があることを告げるものです。図の中や近傍に具体的な注意内容が描かれています。

この記号は禁止の行為であることを告げるものです。図の中や近傍に具体的な禁止内容が描かれています。

この記号は行為を強制したり指示する内容を告げるものです。図の中や近傍に具体的な指示内容が描かれています。

⚠注意

水のかかるところや、火気の近くでは使用しない
感電・漏電の原因

不安定な場所や熱に弱い敷物の上では使用しない
火災の原因

専用の内がま以外は使用しない
過熱・異常動作の原因

使用中や使用直後は、内がまや調圧キャップなどの高温部に触れない
やけどの原因、
特に乳幼児には触れさせない
接触禁止

本体を持ち運ぶときは、フックボタンに触れない
ふたが開いて、けがややけどの原因

使用時以外は、プラグをコンセントから抜く
絶縁劣化による感電
漏電による火災・やけど・けがの原因
プラグを抜く

心臓用のペースメーカーをご使用の場合は、本製品の使用にあたっては、医師とよくご相談ください
本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあるため

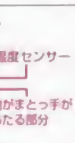
プラグを抜くときは、コードを持たずに必ずプラグ部分を持って引き抜く
感電・ショート・発火の原因

コードを巻き取るときは、プラグを持っておこなう
コードがあたってけがの原因

お手入れは本体が冷めてから行う
高温部に触れ、やけどの恐れ

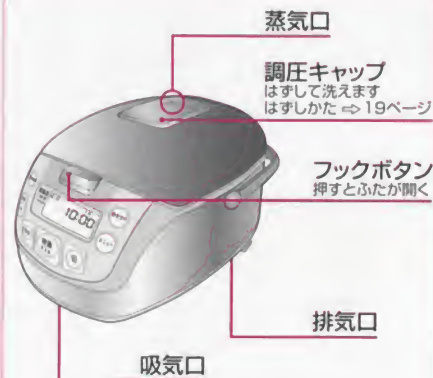
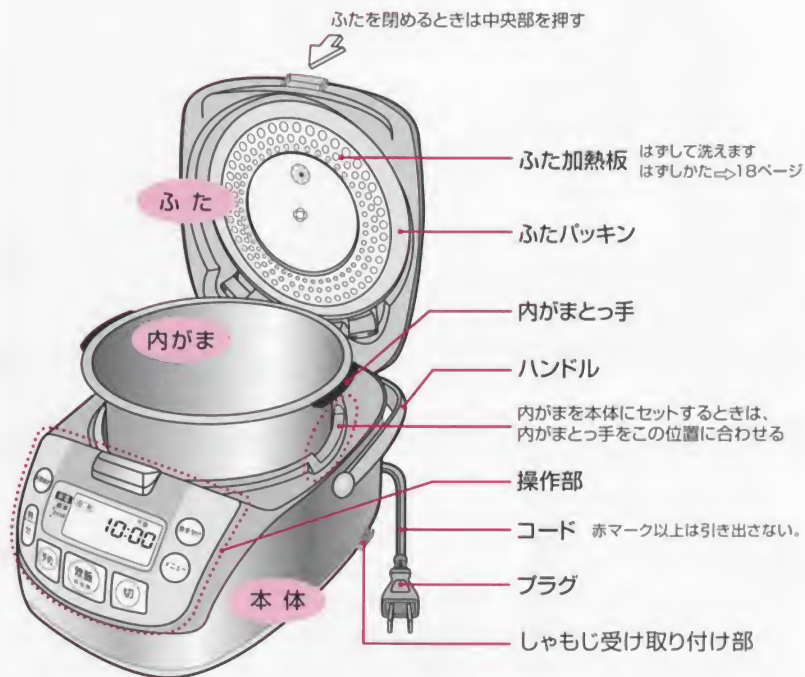
壁や家具の近くで使わない
また、キッチン用収納棚等を使用するときは中に蒸気がこもらないようにする
蒸気または熱で壁や家具を傷め、変色・変形の原因

お 願 い

- 吸気口・排気口をふさぐような場所(壁から10cm以内、じゅうたんやビニール袋、アルミ箔などの上)で使用しないでください。
  故障の原因になります。
- 異物がついたまま使わないでください。
  故障やうまく炊けない原因になります。

- 内がまを直火にかけたり電子レンジで加熱したり、電磁調理器に使用しないでください。
  内がまとっ手が変形したり、フッ素被膜がはがれる原因になります。
- ふきんやタオル等、ふたを覆った状態で使わないでください。
  変色・変形・故障の原因になります。
- 磁気に弱いものを近づけないでください。
  キャッシュカード・自動改札用定期券・カセットテープなどの記憶が消える恐れがあります。
- テレビ・ラジオ・インターホン・コードレス電話の近くで使わないでください。
  雑音や画面のちらつきの原因となる恐れがあります。
- 炊飯中はハンドルを立てたり、本体を持ち運ばないでください。
  蒸気が出てやけどの原因になります。
- 本体内側に金属製の小物(アルミ箔など)が入ったまま使わないでください。
  変形・故障の原因になります。

各部のなまえ

付属品

操作部

表示部

保温選択ボタン
保温するとき、または保温中に保温コースの選択をします。
⇨ 16ページ

時刻合わせボタン
現在時刻・予約時刻・浸し時間をセットします。
⇨ 8・14・15ページ

炊き分けボタン
白米・無洗米の炊きかたを選択します。
⇨ 10・11ページ

メニューボタン
6種類の健康メニューを選択します。
⇨ 12・13ページ

予約ボタン
（予約ランプ）
⇨ 14・15ページ

炊飯（再加熱）ボタン
（炊飯ランプ）

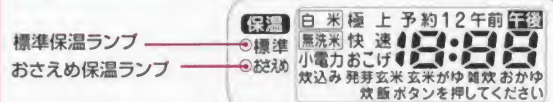
切ボタン

凸マーク
炊飯ボタンに「○」、切ボタンに「⊂⊃」の凸部をつけて目の不自由な方に対して配慮してあります。

表示部

（図は説明のため全ての表示が点灯した状態です。）

標準保温ランプ
おさえめ保温ランプ

保温　標準　おさえめ　白米　極上　予約12　午前　午後　無洗米　快速　小電力おこげ　炊込み　発芽玄米　玄米がゆ　雑炊　おかゆ　炊飯ボタンを押してください

メロディーとブザーの切り替えかた

●炊飯開始と炊き上がりをメロディーでお知らせします。
●次の方法でメロディーの標準と低音及びブザーを切り替えられます。（工場出荷時はメロディー（標準）です。）

1 保温選択ボタンを押す

どちらかが点灯　●標準　●おさえめ

2 予約ボタンを5秒間押し続ける

約5秒間押し続ける

メロディー（標準）
↓
メロディー（低音）
↓
ブザー

好みの音が鳴るまで繰り返す。

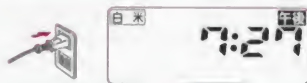
鳴った音に切り替え完了

3 切ボタンを押す

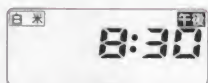
現在時刻の合わせかた

時計は、室温により1ヶ月に約120秒程ずれることがあります。ずれているときは、以下の手順で現在時刻に合わせてください。

例）現在、午後8:30分で、表示が午後7:27のとき ※午前と午後を間違えないようにしてください。

1 プラグを差し込む

2 時 または 分 を時刻表示が点滅するまで押す。（約0.5秒間）

●炊飯中、保温中、予約中は時刻合わせができません。

3 時 および 分 で時刻を合わせる

●ボタンを押し続けると、早送りになります。

（ボタン操作後、5秒で点滅が点灯に変わると、完了）

早送りしない時刻合わせの操作 特に目の不自由な方にむいた機能です。

時計・予約の時刻合わせは、以下の手順で早送りしない操作方法に切り替えることができます。

早送りしない操作方法への切り替えかた

●内がまをセットした状態で行ってください。

1 プラグを差し込む

2 保温選択ボタンを押す
⇒ピッと鳴って保温になる

3 炊き分けボタンを5秒間押し続ける
⇒ブザーが短く8回鳴る

4 切ボタンを押す
⇒低い音でピッと鳴って保温が切れる

●通常の操作に戻すときも、同じ方法です。（このとき3のブザーは1回だけなります。）

●「早送りしない操作方法」に切り替えると、各種設定が以下の初期状態に戻ります。
炊き分け:白米（ふつう）、健康メニュー:炊込み
予約1:午前6:00、予約2:午後6:00、浸し:30分

早送りしない操作方法での現在時刻の合わせかた

1 プラグを差し込む

2 「時」または「分」ボタンを5秒間押し続ける
⇒ピッと鳴って「時刻合わせ」の設定になる

3 「時」および「分」ボタンで時刻を合わせる（ボタンを押し続けても早送りしません）

4 炊き分けボタンを押し、時刻合わせを終了する
⇒ピッと鳴って時刻合わせが完了

●時刻合わせ中に、保温選択ボタンを0.5秒間押すと、ブザーがピピッと鳴って、午後0:00（正午）になります。

●予約時刻・浸し時間を変えるときにも、ボタンを押し続けても早送りしません。（それ以外は、14・15ページの操作方法と同じです。）

炊飯の準備

＊雑炊は12・13ページを参照

例）白米 で3カップのお米を炊くとき

1 付属の計量カップでお米をはかる

●すりきり1杯が約180mL（約1合）です。
●無洗米は無洗米用計量カップでお米をはかる。すりきり1杯が約170mL（約1合）です。

× ○ ×

2 お米を研ぐ

無洗米
必ず、水洗いをして底からかき混ぜ、お米と水をなじませる。にごる場合は、すすぐ。

①たっぷりの水でサッとかき混ぜ、水を素早く捨てる。

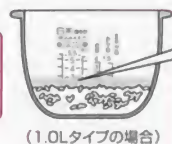
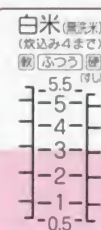
②「研ぐ→洗い流す」をくり返し、水がきれいになるまで洗う。

お願い
- 十分に洗い流してください。（おこげが出来たり、ヌカ臭くなる原因）
- 泡立て器などを使わないでください。（フッ素被膜がはがれる原因）
- 無洗米ご使用のとき、水を入れた後、軽くかき混ぜてお米と水をなじませてください。
- 無洗米ご使用のとき、水を入れて、にごりが強い場合は軽くすすいでください。

3 メニューに合った水位目盛で水加減をする

無洗米
無洗米は製法によって水加減が異なります。水位線を目安にお好みで水加減してください。

（1.0Lタイプの場合）

白米（無洗米）（炊込み4まで）
軟 ふつう 硬
5.5（すし）
5
4
3
2
1
0.5

お願い
- お米は平らにならし、水平なところで水加減してください。（炊きむらの原因）
- お湯は使わないでください。（べちゃつきの原因）
- アルカリ度の高い水で炊飯すると、ごはんが黄変したり、べちゃついたりする場合があります。
- 水位目盛「軟・ふつう・硬（すし）」は目安の水加減です。
※お好みによっては「硬（すし）」の水位目盛より更に少なめ、「軟」の水位目盛より更に多めに水加減してください。

4 内がまを、本体にセットする

※内がまとっ手の位置を確実に合わせてください。

お願い
- 内がまのまわり、底の水気・異物をふき取ってください。

5 ふたを閉めプラグを差し込む

お願い
- ふた加熱板・調圧キャップがついているか確かめてください。
- ふたは「カチッ」と音がするまで、ゆっくりと確実に閉めてください。

※プラグを差し込むときカチッと音がしたり、火花がでる場合がありますが、インバーター回路に充電するため故障ではありません。

すぐに炊く場合 → 10ページ参照
健康メニューを炊く場合 → 12ページ参照
予約して炊く場合 → 14ページ参照
浸してから炊く場合 → 15ページ参照

ごはんの炊きかた 白米／無洗米

炊飯容量と炊き上がるまでの時間の目安

※電圧100V・室温20℃・水温18℃・水加減はふつうの水位線の場合
※炊飯時間は、電圧・室温・水温・水加減・お米の種類などにより変わります。

炊き分け		炊飯容量 1.0Lタイプ	炊飯容量 1.8Lタイプ	炊き上がるまでの時間の目安
白米 無洗米		0.5～5.5カップ	1.0～10.0カップ	37～70分
白米 無洗米	極上	1.0～5.5カップ	2.0～10.0カップ	80～120分
白米 無洗米	快速	1.0～5.5カップ	2.0～10.0カップ (無洗米は7.0カップまで)	25～50分
白米 無洗米	おこげ	1.0～5.5カップ	2.0～10.0カップ	40～70分
白米 無洗米	小電力	1.0～5.5カップ	2.0～6.0カップ	40～70分

無洗米
●付属の無洗米用計量カップを使い、「白米」（無洗米）の水位目盛で水加減してください。

極上
●「極上」炊飯とは、じっくりと時間をかけて、お米の甘みと粘りを引き出すコースです。
特に中量、（1.0Lタイプで2.0～4.0カップ、1.8Lで3.0～7.0カップ）がおすすめです。

快速
●「快速」炊飯とは、急いで炊くときのコースです。通常の炊飯に比べ、加熱時間やむらし時間を少し短くしていますので、ご飯が少し硬めになったり食味が少しおちることがあります。
●お急ぎでない場合は、「白米」コースでの炊飯をおすすめします。

おこげ
●「おこげ」は通常の「白米」よりうっすらと焦げめをつけ、風味をだすコースです。
●焦げめは少し硬くなります。

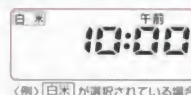
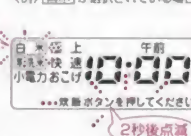
小電力
●最大電力を約600Wにおさえて炊飯します。
●炊込みなどの具や調味料が入る場合、「小電力」コースは使わないでください。
●通常の炊飯より時間が長くかかりますが、炊飯にかかる電気代（電力量）はほぼ同じです。
●最大炊飯量は1.0Lタイプは5.5カップ・1.8Lタイプは6カップまでにしてください。

1 炊き分けの設定内容を確認する

10種類の炊き分けが選択できます。

白米	無洗米
白米・極上	無洗米・極上
白米・快速	無洗米・快速
白米・おこげ	無洗米・おこげ
白米・小電力	無洗米・小電力

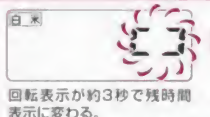
■プラグを差し込むと、現在選択されている炊き分けの設定を表示します。

〈例〉白米 が選択されている場合

■ 炊き分け を押して、炊き分けを選択してください。押すごとに切り替わります。

●点滅が選択している炊き分けです。
●炊き分けは一度設定すると、次回もその設定を記憶しています。
白米 および 無洗米 の［快速］は記憶しません。
次回は 白米 または 無洗米 に戻ります。

2 炊飯（再加熱）ボタンを押す

メロディー（ブザー）が鳴って、炊飯がはじまります

回転表示が約3秒で残時間表示に変わる。

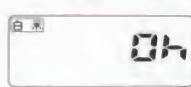
〈例〉残時間40分の場合

●表示部に炊き上がりまでの残時間（目安）を、分単位で表示します。

炊き上がりまでの残時間表示
・表示する残時間は目安であり、炊き分け・水温などの条件により、実際に炊飯が終わるまでの時間と誤差が生じる場合があります。また、表示する残時間は毎日同じ時間にはなりません。
・本体が温かい場合などは、残時間表示が出ない場合があります。（現在時刻の表示になります。）炊飯ランプが点灯していれば炊飯中です。
・通常多めに炊いていると、たまに少なめに炊いたり、快速炊飯をすると残時間表示が途中で早めに切り替わることがありますが故障ではありません。

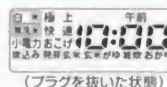
3 炊き上がりメロディー（ブザー）が鳴ったら すぐに、ほぐす

■保温ランプが点灯し、自動的に保温
●保温の設定の切り替えは16ページを参照してください。

●表示部に保温経過時間を0h～24hまで1時間単位で表示します。（25時間以上になると現在時刻の表示になります。）

保温
●長時間の保温はしないでください。
においや変色の原因になります。
標準保温のとき………12時間まで
おさえめ保温のとき…24時間まで
●保温中は、ふたの内側・ふたパッキン・内がまにつゆがつきますが、ごはんの乾燥を防ぐためで故障ではありません。

・ほぐさないと余分な蒸気を吸ってベタついたり固まることがあります。
・炊き上がったごはんの中央部が、ややくぼんだり、内がまに触れている部分がやわらかくなることがあります。これは IH 加熱の特長で、内がま自体が発熱し、ごはんをつつみ込んで炊きあげるためです。

ごはんがなくなったら ⇨ 切 を押し、プラグを抜く。

（プラグを抜いた状態）

ごはんの炊きかた 健康メニュー

健康メニュー	表示	使用する水位目盛	炊飯容量 1.0Lタイプ	炊飯容量 1.8Lタイプ	炊き上がりまでの時間の目安	料理集参照ページ
炊込み（おこわ） 注1）（麦ごはん） 注2）	午前 10:00 炊込み	炊込み（おこわ）（分づき米）	1.0～4.0カップ	2.0～7.0カップ	40～65分	24、25ページ
発芽玄米（注3）	午前 10:00 発芽玄米	白米（無洗米）ふつう	1.0～4.0カップ	2.0～7.0カップ	40～65分	—
玄米（分づき米） 注4）	午前 10:00 玄米	玄米（分づき米）	1.0～4.0カップ	2.0～7.0カップ	80～110分	27ページ
玄米がゆ	午前 10:00 玄米がゆ	玄米がゆ	0.5～1.0カップ	0.5～1.5カップ	100～120分	22ページ
雑炊	午前 10:00 雑炊	—	ごはん600gまで 注5）	ごはん900gまで 注5）	4～15分 注6）	22、23ページ
おかゆ	午前 10:00 おかゆ	おかゆ	0.5～1.5カップ 注7）	1.0～2.5カップ 注7）	60～80分	26ページ

注1）おこわは、「おこわ」の水位目盛で水加減し、炊込みを選んで炊いてください。

注2）麦ごはんは、「分づき米」の水位目盛で水加減し、炊込みを選んで炊いてください。

注3）発芽玄米は発芽玄米1に対して白米2の割合で使用してください。また発芽玄米の種類によっては炊き上がりがかために なったり、やわらかめになる場合がありますので、お好みにより水加減をしてください。

注4）分づき米は、「分づき米」の水位目盛で水加減し、玄米を選んで炊いてください。

注5）ごはんの重さの目安:茶わん1杯で約200g

注6）冷やごはんからの場合、約4分程度長くなります。また、入れる具によっても多少変わります。

注7）5分がゆを炊く場合、お米の量を約半分にしてください。

1 メニューボタンを押して、健康メニューを選択する

■（メニュー）を押して、炊飯するメニューを選択してください。押すごとに切り替わります。

点滅
午前 10:00
炊込み 発芽玄米 玄米がゆ 雑炊 おかゆ
炊飯ボタンを押してください
2秒後点滅

- ●選択しているメニューが点滅します。
- ●ボタンを押すと炊込み→発芽玄米→玄米→玄米がゆ→雑炊→おかゆの順に押すごとに切り替わります。おかゆの次は炊込みに戻ります。
- ●ボタンを押すと前回お使いの健康メニューが表示されます。

2 炊飯（再加熱）ボタンを押す

メロディー（ブザー）が鳴って、炊飯がはじまります

- ●むらしになると炊き上がりまでの残時間を表示します。

3 炊き上がりメロディー（ブザー）が鳴ったら すぐに、ほぐす

- ●保温ランプが点灯したらできあがりです。できあがったら、なるべくお早めにお召しあがりください。

お願い

- 健康メニューの保温はしないでください。（変色や、においの原因）

ごはんがなくなったら ⇨（切）を押し、プラグを抜く。

（プラグを抜いた状態）

雑炊

- ●保温中のごはんや、冷やごはんで作ります。
- ●火の通りにくい具を入れるときは、あらかじめ火を通しておいてください。
- ●レトルトパックのリゾットのあたためにも便利です。

たまご雑炊
（作りかた23ページ）

トマトとツナのリゾット風雑炊
（作りかた22ページ）

予約炊飯のしかた

食べたい時刻に炊き上げるとき（予約炊飯）

現在時刻に近接した右表時間以内では予約はできません。すぐに炊飯を始めます。
※雑炊・炊込みは予約炊飯しないでください。
※予約は12時間以内を目安にしてください。

工場出荷時は 予約1 に午前6：00、予約2 に午後6：00が セットされています。

予約できない時間（すぐに炊飯を始める）						
炊き分けメニュー				健康メニュー		
メニュー		現在時刻から 1.0Lタイプ	現在時刻から 1.8Lタイプ	メニュー	現在時刻から 1.0Lタイプ	現在時刻から 1.8Lタイプ
白米		58分以内	68分以内	発芽玄米	60分以内	68分以内
無洗米		61分以内	75分以内			
白米	極上	105分以内	127分以内			
無洗米		105分以内	127分以内	玄米	110分以内	110分以内
白米	快速	49分以内	59分以内			
無洗米		51分以内	53分以内			
白米	おこげ	60分以内	69分以内	玄米がゆ	120分以内	125分以内
無洗米		63分以内	73分以内			
白米	小電力	60分以内	67分以内	おかゆ	77分以内	85分以内
無洗米		63分以内	70分以内			

例）予約1 に炊き上がり時刻を午前7:30に予約する場合

1 現在時刻が合っていることを確認してから

予約ボタンを押して 予約1 を選ぶ

- 現在時刻は午前と午後も確認してください。
- （予約）を押す毎に 予約1 → 予約2 → 浸し時間 の表示にかわります。
- 炊き分け設定（10・11ページ）または健康メニュー設定（12・13ページ）を確認してください。

白米　予約1　午前　6:00　…炊飯ボタンを押してください…　2秒後点滅

2 **時刻合わせボタンを押して炊き上がり時刻を合わせる**

- （時）は1時間単位で、（分）は10分単位で進みます。
- 押し続けると、早送りになります。
- 一度セットした予約時刻は、変更するまで記憶しています。
- 午前と午後を間違えないように注意してください。
- ボタンを押さないでいると「炊飯ボタンを押してください」が点滅します。

白米　予約1　午前　7:30　…炊飯ボタンを押してください…　2秒後点滅

3 **炊飯（再加熱）ボタンを押す**

炊飯（再加熱）ボタンを押さないと予約炊飯は設定できません。

- ブザーが鳴り、予約ランプが点灯。
- 予約の取り消しは（切）を押してください。
- 予約2 にセットするときも、同じ要領で行います。
- 予約1 予約2 にセットした時刻は、変更しない限り、記憶しています。
- 次回からは（予約）で 予約1 か 予約2 を選び（炊飯）を押すだけでセットできます。

白米　予約1　午前　7:30

※予約炊飯の場合、炊き上がるまで予約した時刻を表示します。

お米を浸してから炊くとき（浸し炊飯）

浸し

- 浸し中の温度を制御し、お米に水を充分吸わせてから炊き始めます。
浸す時間の目安は夏場30分程度、冬場60分程度をおすすめします。
予約炊飯との組合せはできません。

お願い

- 具や調味料の入るものは浸し炊飯をしないでください。（沈殿してうまく炊けないため）

例）60分浸してから炊く場合

1 **予約ボタンを押して、浸し時間 を選ぶ**

- （予約）を押す毎に 予約1 → 予約2 → 浸し時間 の表示にかわります。
- 炊き分け設定（10・11ページ）または健康メニュー設定（12・13ページ）を確認してください。
- 浸し時間は前回セットした時間を記憶しています。

白米　30　…炊飯ボタンを押してください…　2秒後点滅

2 **時刻合わせボタンの（分）を押して浸し時間を合わせる**

- 押す毎に以下の順で、10分単位で時間がかわります。
30分 → 40分 → 50分 → 60分 → 10分 → 20分 → 30分
の順に表示がかわります。
- ボタンを押さないでいると「炊飯ボタンを押してください」が点滅します。

白米　60　…炊飯ボタンを押してください…　2秒後点滅

3 **炊飯（再加熱）ボタンを押す**

炊飯（再加熱）ボタンを押さないと浸し炊飯は設定できません。

- ブザーが鳴り、予約ランプが点灯。
- 炊飯を開始すると、炊飯ランプが点灯します。

白米　60

※浸し中は炊き始めまでの残時間を分単位で表示します。

保温について

おさえめ保温

＊ごはんの温度を周期的に下げて、乾燥を防ぎます。
このため、ごはんの温度が低く感じるときがあります
が異常ではありません。

1 保温中に 保温選択 ボタンを押す

- おさえめ保温中は低めの温度で保温します。ごはんの温度が低く感じる時は、お好みに応じて再加熱してください。（標準保温中：約6分・おさえめ保温中：約10分）
- おさえめ保温 を選択すると、次回もその設定を記憶しています。
- おさえめ保温中は、つゆがふたの内側、ふたパッキン、内がまにつきますが、ごはんの乾燥を防ぐためで故障ではありません。
- もう一度 保温選択 を押すと、通常の保温に戻ります。
- 表示部に保温経過時間を0ｈ～24ｈまで１時間単位で表示します。（25時間以上になると現在時刻の表示になります。）

お願い

- おさえめ保温の場合は、24時間までにしてください。（においや変色の原因になります。）
- 保温中、においが気になる場合は、お手入れ（19ページ）をしてください。

保温中のごはんの再加熱

＊保温中のごはんをさらに温めたいとき

1 ごはんをほぐして、平らにする

お願い

- ごはんの量は「白米」の水位目盛の3以下を目安にしてください。（加熱ムラの原因）

2 保温中に炊飯（再加熱）ボタンを押す

- 炊飯ランプが点滅し、再加熱を行います。
- 炊飯直後など本体が熱いとき、または本体が冷たいときは、ブザーが鳴り再加熱できません。
- 途中で止めるときは 切 を押してください。

保温に戻すときは、さらに 保温選択 を押してください。

（保温経過時間は0ｈから表示します。）

お願い

- 何度もくり返して再加熱しないでください。（乾燥やおこげの原因）
- 冷めたごはんの温めなおしはしないでください。

メロディー（ブザー）が鳴って、炊飯ランプが消えたら再加熱終了です。
（標準保温中:約6分、おさえめ保温中:約10分）

おいしく食べるひとくふう

おいしく炊くには

お米は正しくはかる

- お米は、必ず白米・無洗米の種類にあった付属の計量カップではかってください。
- 計量米びつは、付属の計量カップの量と異なる場合があり、使いかたによっては誤差がでることがあります。

手早く十分に研ぐ

- お米は最初の水をいち早く吸収します。ヌカのにおいがつかないように最初の水は手早く捨てましょう。
- 研いだ後は、水がきれいになるまで十分洗いましょう。

炊き上がったらほぐす

- 底のほうからごはんをつぶさないように、大きく掘りおこすようにほぐします。余分な水分が逃げ、ふっくらおいしくなります。
- 炊き上がった後、そのまま保温する場合でも必ずほぐしてください。

おいしく保温

少量のごはんは

- ごはんの量が少なくなってきたら、なるべく内がまの中央に盛るようにしてください。（乾燥やべちゃつきを防ぎます。）

おいしく保温するために次の保温はやめましょう

- 12時間以上の標準保温、24時間以上のおさえめ保温。
- 冷めたごはんの温め直しやごはんのつぎたし。
- しゃもじを入れたままの保温。
- 白米以外（炊込み、おこわ、発芽玄米、玄米、おかゆ、雑炊など）の保温。
- お米をよく研がないで炊いたごはんの保温。

メ モ

- 白米で12時間を超える保温や、白米以外のごはんは、ラップに包んで冷凍庫に保存し、電子レンジで温め直すとおいしく食べられます。
- 保温中もときどきほぐすことがおいしさを保つコツです。

お米の知識

分づき米とは

- 分づき米とは、上図のように、精米するときに栄養素を残したお米のことです。
- 3分づき、5分づき、7分づきとも「分づき米」の水位目盛で、健康メニューの「玄米」で炊いてください。

発芽玄米とは

- 発芽玄米とは、玄米を水につけてわずかに発芽させたもので、ビタミン・ミネラル・食物繊維が白米より多く含まれています。
- 発芽玄米を炊く場合は、発芽玄米1に対して、白米2の割合で混ぜ合わせ、「白米（無洗米）ふつう」の水位目盛（例:発芽玄米1カップ・白米2カップの時は、3カップの水位目盛に合わせる。）で水加減し、健康メニューの「発芽玄米」を選んで炊いてください。また発芽玄米の種類によっては、炊き上がりがかためになったり、やわらかめになる場合がありますので、お好みにより水加減をしてください。

水加減

- お米の種類やお好みに合わせて水加減をしてください。
- お好みによっては「硬（すし）」の水位目盛よりさらに少なめ、「軟」の水位目盛よりさらに多めに水加減してください。

お米の種類	水 加 減
新 米	白米（無洗米）硬の水位目盛
軟 質 米	白米（無洗米）ふつうの水位目盛
硬 質 米	
胚 芽 米	
古 米	白米（無洗米）軟の水位目盛
長 粒 種（輸入米）	
無 洗 米	白米（無洗米）ふつうの水位目盛

無洗米とは

- 「無洗米」とは、洗わず（研がず）に炊けるお米のことで、普通に精米した場合に米粒の表面に残る細かいヌカを取り除いてあります。
- 「無洗米」の製法・銘柄の種類によって炊きあがりに差がでる場合がありますので、水加減やお米の量はお好みで調整してください。
- 地域によって「無洗米」が入手しにくい場合もあります。

なぜおこげができるの？

炊き上がったごはんの余分な水分をとり、香ばしさと風味を生み出すためです。おこげが気になる方は、洗米のとき十分にお米を洗い、米ヌカをよく落としてから炊いてください。白米以外のごはんや無洗米を炊くとおこげができやすくなります。

お手入れ

●お手入れするときは、必ずプラグを抜き、本体が冷めてから行ってください。
●ベンジンやシンナー、みがき粉、たわし類は使わないでください。（表面を傷つける原因）

しゃもじ・しゃもじ受け・計量カップ

食器用洗剤を使い、スポンジなどのやわらかいもので洗う。

本体・ふた

固くしぼったふきんでふく。

ふた加熱板

ふたからはずして、食器用洗剤を使いスポンジなどのやわらかいもので洗い、水をふき取る。

■はずしかた

●つまみ部（両側）の下側にあるボタンを押しながら手前へはずす。
●ふたパッキンは、はずせません。

■取り付けかた

①ふたパッキンが手前側にくるように取り付ける。
②フックをふたの切欠きに差し込み、
③つまみ部（両側）を「パチン」と音がするまで押し込む。

つけ忘れて炊くことを防ぐため、ふた加熱板を付けないとふたが閉まりません。

お願い
• ふた加熱板は分解しないでください。
• 食器乾燥器や食器洗い機は使わないでください。

温度センサー

こびりつきができたら、細かい紙ヤスリ（600番程度）に水をつけてこすり落とし、固く絞ったふきんでふき取る。

内がま

内側は、スポンジなどのやわらかいもので洗う。
外側は、洗って水気をふき取り、水あか等が付着した場合は中性洗剤を使い、ナイロンたわしで洗う。

お願い
• 変形するとおいしく炊けなくなることがあります。取り扱いはていねいにお願いします。
• フッ素被膜をいためないために、次のことをお守りください。
  ○付属のしゃもじを使う　○スプーンや茶わんなどを入れて洗わない
  ○酢は使わない　○内側は、みがき粉やたわしで洗わない
• フッ素被膜は、ご使用により消耗しますので、大切にお使いください。

使用中、色むらができることがありますが、性能や、衛生上の支障はありません。
フッ素被膜は、人体に害はありません。

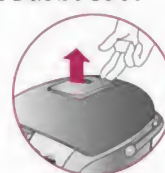
吸気口・排気口

吸気口・排気口のごみを掃除機で吸い取る。

調圧キャップ

本体からはずして、食器用洗剤を使いスポンジなどのやわらかいもので洗う。

■調圧キャップのはずしかた

①本体から取りはずします。

②フックを図のように軽く押して、キャップ本体をカバーから持ち上げるように取り外します。

お願い • フックは逆方向に押さないでください。

■調圧キャップの取りつけかた

①パッキンをカバーの溝に入れる。

②キャップ本体のA部をカバーの溝にはめB方向にはめる。
図のように持ち、キャップ本体をカバーの方向に押さえつけ、フックがカチッというまで押さえつける。

③調圧キャップの中央部を押さえて、確実に差し込む。

お願い • キャップ本体は分解しないでください。

においが取れにくい場合

炊込みごはん・雑炊や保温の後のにおいが気になるときには、以下の方法でお手入れしてください。

1. **内がまに水を入れる**
   ●水の量は、1.0Lタイプでは「白米（無洗米）」の水位目盛1まで、1.8Lタイプでは「白米（無洗米）」の水位目盛2まで。
   ※水以外（洗剤など）は絶対に入れないでください。
2. **を押して 白米 快速を選択する**
3. **を押す**
4. **約20分程度経ったら 切 を押す**
   ●終了直後は、内がまやふた加熱板が熱くなっていますので、本体が冷めてからお湯を捨て、水滴をふき取ってください。
   ●においによっては、完全に落ちないものもあります。

こんなときは

修理サービスを依頼される前に、次の点をお調べください。

こんなとき ＼ お調べいただくこと		米の量・水加減・メニューをまちがえた	十分に洗米しなかった	内がまの底が変形していたり、温度センサーに異物がついている	内がまの縁・ふたパッキンにごはん粒などがついている	内がま・ふた内側をきれいにお手入れしなかった	調圧キャップをつけ忘れた	炊き分け・健康メニューをまちがえた	炊飯中にふたを開けた	停電があった	延長コードの使用、たこ足配線をした	ごはんをよくほぐさなかった	冷えたごはん 白米以外のごはん 24標準は12時間以上 を保温した	途中でプラグを抜いたり「切」ボタンを押した	おさえめ保温を選んでいる
参照ページ		9	9	18	18	18	19	10~13	–	–	–	10·11	11·13·17	–	16
炊き上がったごはんが	かたすぎる	●		●	●			●	●	●	●	●			
	しんが残る（生煮えになる）	●	●	●	●			●	●	●	●			●	
	やわらかすぎる	●		●				●	●	●	●	●			
	におう		●			●									
ひどくこげる			●	●							●				
ふきこぼれる		●	●	●	●	●	●	●						●	
蒸気口以外から蒸気がもれる					●										
保温中のごはんが	におう		●			●				●		●	●	●	
	黄変する	●	●	●	●		●					●	●		
	かたくなる	●			●		●					●	●	●	
保温温度が低い														●	●
多量につゆがつく										●		●		●	●

こんなとき	内容
ボタン操作できない	●保温ランプが点灯していませんか？→(切)を押してください。
使用中に音がする	●「ブーン」と音がするのは、内部の熱を外へ逃がすためにファンが回っているからです。 ●炊飯、浸し、保温時は、「カチッ」または「ジー」と音がすることがありますが、IH加熱の音で異常ではありません。 ●炊飯中は、間欠的に蒸気の出る音がしますが、異常ではありません。
予約時刻に炊けない	●現在時刻が合っているか、予約時間の午前・午後が合っているか確認してください。→8·14ページ参照
炊飯開始すると〔〕の表示がまわる	●炊飯残時間を表示するまでの間、表示がまわります。
炊飯残時間表示が、一度に数分進んだり、止まったりして、時間どおりに炊けない	●おいしく炊き上げるために、途中で残時間が変わることがあります。
炊飯残時間表示が出ない	●本体が温かいときは、残時間表示が出ないことがあります。健康メニューは残時間がでません。
炊飯するとき、においがする	●お求め後、最初に炊飯するときはにおいがする場合があります。ご使用とともになくなりますが気になる場合は19ページを参照してください。
ふたが閉まりにくい ふたが閉まらない	●内がまの縁・ふたパッキンにごはん粒などがついていませんか？ ●ふた加熱板は正しく取り付けられていますか？→18ページ参照
-:-- または H0 表示になる	●H0 表示のときは(切)を押すと -:-- になります。現在時刻を合わせなおしてください。→8ページ参照 ●プラグを抜いて入れる毎に -:-- または H0 表示になる場合は、本体に内蔵しているリチウム電池の寿命です。プラグを差し込むと、炊飯・保温はできますが、現在時刻を合わせないと予約ができません。早めにお求めになった販売店に電池交換をご依頼ください。
表示部に C1、C2 を表示した	●延長コードの使用、たこ足配線などで電源電圧が異常に低くなったときなどに表示します。(切)を押し、別のコンセントをお使いください。
表示部に H1 ~ H8 を表示した	●(切)を押しても表示が時刻表示に戻らないとき、及び度々 H1 ~ H8 表示になるときは、お買い上げになった販売店にご相談ください。
プラグを差し込むときカチッと音がしたり、火花がでる。	●インバーター回路に充電するため故障ではありません。

■以上の点をお調べいただき、その上でご不審な点がありましたら、お買い上げになった販売店などにご相談ください。
■内がまが変形・フッ素被膜がはがれた場合は、お買い上げになった販売店などで新しくお買い求めください。
■内がまの交換・追加購入　　2004年6月現在

型名	部品番号	希望小売価格	型名	部品番号	希望小売価格
RZ-CG10J	ウチガマ:RZ-CG10J-001	7,350円（税抜 7,000円）	RZ-CD10J	ウチガマ:RZ-CD10J-001	7,350円（税抜 7,000円）
RZ-CG18J	ウチガマ:RZ-CG18J-001	8,400円（税抜 8,000円）	RZ-CD18J	ウチガマ:RZ-CD18J-001	8,400円（税抜 8,000円）

使用中、停電になったとき

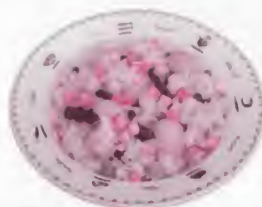
炊飯中
再通電後、炊飯を続けます。

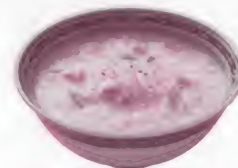
保温中
再通電後、保温を続けます。
（ごはんの温度によっては、保温をやめます。）

予約（浸し）中
再通電後、予約（浸し）を続けます。

料理集

雑炊のポイント

- だし汁（スープ）を入れたら、よくごはんをほぐしてください。
- 具はごはんと混ぜずに、ごはんの上にのせてください。
- 保温はせずに、お早めにお召し上がりください。
- 時間がたつとノリ状になります。

炊込みのポイント

- 水と調味料を合わせて水加減し、よくかき混ぜてください。沈澱するとうまく炊けないことがあります。（汁気の多い具を使うときは、汁気を絞り、その汁と調味料を合わせてください。）
- 具は米の上に広げてのせ、混ぜないでください。（市販の炊込みの具で、かき混ぜる指示があっても混ぜないでください。）
- 予約炊飯・保温はしないでください。においや変質の原因になります。
- 具の量はお米の重量の30～50％が適当です。（お米1カップ分につき具の量は45～75g）
- 水を吸いやすい具は、あらかじめ火を通しておきます。

おかゆのポイント

- 保温はせずに、お早めにお召し上がりください。
- 時間がたつとノリ状になります。

●この料理集で使用しているカップは
お米（白米）………1カップ　0.18L（約1合）
お米（無洗米）……1カップ　0.17L（約1合）
その他の材料 ……1カップ　0.2L

●この料理集で使用している単位は
1kcal（キロカロリー）＝4.2kJ（キロジュール）
1mL（ミリリットル）＝1cc（シーシー）

●この料理集に使用しているスプーンは

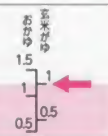
	小さじ（5mL）	大さじ（15mL）
酢・酒	5g	15g
しょうゆ・みりん	6g	18g
塩	6g	15g
砂糖	3g	9g

玄米あずきがゆ

健康メニュー 玄米がゆ

でき上がり目安:約120分
●1人分 約130kcal

材料（4人分）
玄米 …… カップ1
あずき …… 30g

作りかた
①あずきは一度ゆでこぼし、新しい水で硬めにゆで、あずきとゆで汁とに分けて冷まします。
②玄米は軽く洗い、①のゆで汁と水を加え「玄米がゆ」の水位目盛1に水加減します。
③ゆであずきをのせ健康メニューの[玄米がゆ]を選び、[炊飯]ボタンを押します。
④炊き上がったら、お好みで塩を加えて軽く混ぜます。

ワンポイント
- ビタミンB1・ビタミンE・食物繊維などを多く含む玄米を、食べやすいおかゆでどうぞ！
- あずきの量とゆで具合はお好みで調整してください。

トマトとツナのリゾット風雑炊

健康メニュー 雑炊

でき上がり目安:約12分
●1人分 約300kcal

材料（4人分）
保温中のごはんまたは冷やごはん …… 300g
トマトの水煮（缶詰）…… 小1缶（200g）
ツナ（缶詰・ノンオイル）…… 小1缶（165g）
A 玉ねぎ（みじん切り）…… 小½個
A マッシュルーム（スライス）…… 6〜8個
A バター …… 20g
スープ（固形スープ1個をとく）…… 500mL程度
塩・こしょう …… 少々
パセリ（みじん切り）…… 少々

作りかた
①トマトの水煮は、汁を別の容器に取り、トマトを1cm角に切って汁と合わせておきます。ツナは汁気を切ってほぐしておきます。
②保温中の場合[切]ボタンを押して保温を切り、残りごはんに①で用意したトマトの水煮とスープを入れて塩、こしょうをし、軽く混ぜます。
③Aとツナをのせ、健康メニューの[雑炊]を選び[炊飯]ボタンを押します。
④できあがったら、器に盛り、パセリを散らします。

ワンポイント
- 具やスープの量は、ごはんの量にあわせて調節してください。
- 市販のレトルトパック等を利用すると、簡単においしくできます。

たまご雑炊

ワンポイント
- だし汁は［市販の雑炊のもと＋水］でもおいしくできます。
- だし汁の量はごはんの量にあわせて調節してください。
- すでに火の通った具（おかずの残り物など）や、にらなどの火の通りやすい野菜を入れてもおいしくできます。

健康メニュー 雑炊

でき上がり目安:約6分
●1人分 約130kcal

材料（4人分）
保温中のごはんまたは冷やごはん …… 300g
だし汁（水＋粉末だし1袋）…… 400〜450mL
とき玉子 …… 1個

作りかた
①保温中の場合[切]ボタンを押して保温を切り、残りごはんがひたひたになるよりも少し多めになる程度のだし汁を入れ、ごはんをほぐしておきます。
②健康メニューの[雑炊]を選び[炊飯]ボタンを押します。
③できあがったら、とき玉子をまんべんなくかけ、軽くかき混ぜ、器に盛ります。

野菜ピラフ

ワンポイント

- 野菜はミックスベジタブルやお好みの野菜を使ってもよいでしょう。

健康メニュー 炊込み

でき上がり目安:約52分

●1人分　約460kcal

材料（4人分）

米（うるち米）……カップ2

A
- 小玉ねぎ（半分に切る）……4個
- じゃがいも（1cm角切り）……中1個
- にんじん（7mm角切り）……中½本
- グリーンアスパラガス（1cmの長さに切る）……3本
- カリフラワー（小房に分ける）……100g
- ホールコーン（缶詰・水気をきる）……カップ½
- グリンピース缶（缶詰・水気をきる）……カップ⅔

サラダ油……大さじ2

チキンスープ……200mL

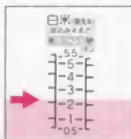
塩・こしょう……少々

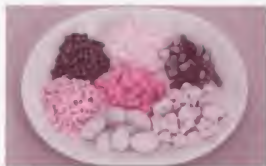
作りかた

①米は研いでから、ざるにあげて水気をきっておきます。

②フライパンでサラダ油大さじ1を熱し、Aをさっと炒め、軽く塩、こしょうをし、器にあけておきます。

③フライパンにサラダ油大さじ1を熱し、米がすき通るまで炒めます。

④炒めた米にチキンスープを加え「白米 軟 」の水位目盛2よりやや多めに水加減し、塩、こしょうをしてからよく混ぜます。

⑤②を上にのせ、健康メニューの炊込みを選び、炊飯ボタンを押します。

⑥炊き上がったら、ほぐして器に盛ります。

さつまいもと黒ごまのごはん

ワンポイント

- さつまいものかわりに栗を使ってもよいでしょう。

健康メニュー 炊込み

でき上がり目安:約48分

●1人分　約800kcal

材料（4人分）

米（うるち米）……カップ3

さつまいも（さいの目切り）……200g

A
- 黒すりごま……大さじ4
- しょうゆ……大さじ2
- だし汁……200mL

塩……少々

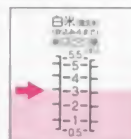
作りかた

①米は研いでから、ざるにあげて水気をきり、Aに30分ほどつけます。

②さつまいもは皮を厚くむいて、さいの目に切り、しばらく水にさらしてから、水気をきります。

③①に水を加え、「白米」の水位目盛3に水加減し、かき混ぜ、さつまいもをのせます。

④健康メニューの炊込みを選び、炊飯ボタンを押します。

⑤炊き上がったら、ほぐして器に盛ります。

鶏がゆ

健康メニュー おかゆ

でき上がり目安:約80分

●1人分　約400kcal

材料（4人分）

- 米（うるち米）……カップ1
- 鶏むね肉（皮なし）……50g
- 固形スープの素……1個
- A ｛長ねぎの葉……少々／しょうがの皮……少々
- B ｛酒……大さじ1／しょうゆ……小さじ1
- 塩……小さじ½
- 長ねぎ（しらがねぎ）……少々
- 白ごま……少々

作りかた

①なべに鶏肉をいれ、水3カップとAを加えて火にかけ、鶏肉に火が通ったらゆで汁をこして別容器にとります。鶏肉は手で細かくさき、Bをふりかけて下味をつけます。

②米を研いでから、①のゆで汁を加え「おかゆ」の水位目盛1に水加減し、塩とスープの素を加えて軽く混ぜます。

③健康メニューの[おかゆ]を選び、[炊飯]ボタンを押します。

④炊き上がったら、①の鶏肉を入れて混ぜ、器に盛って、しらがねぎ、白ごまをのせます。

青菜がゆ

健康メニュー おかゆ

でき上がり目安:約70分

●1人分　約130kcal

材料（4人分）

- 米（うるち米）……カップ1
- 大根の葉またはお好みの青菜……20g
- 塩……少々

作りかた

①大根の葉はみじん切りにします。

②米は研いでから、「おかゆ」の水位目盛1に水加減し、①を入れます。

③健康メニューの[おかゆ]を選び、[炊飯]ボタンを押します。

④炊き上がったら、お好みで塩を加えて軽く混ぜます。

麦とろごはん

健康メニュー 炊込み

でき上がり目安:約55分

●1人分　約440kcal

材料（4人分）

- 米（うるち米）……カップ2
- 押麦……カップ1
- 山芋……250g
- A ｛だし汁……カップ½／しょうゆ……大さじ1／みりん……小さじ1
- 青のり粉……少々

作りかた

①米と押麦を混ぜて軽く研ぎます。

②「分づき米」の水位目盛3に水加減し、約1時間浸します。

③健康メニューの[炊込み]を選び[炊飯]ボタンを押します。

④Aを合わせます。

⑤山芋は酢水につけながら皮をむき、おろしがねでおろし、すり鉢でよくすり、Aを少しづつ加えてのばします。（Aの量はお好みで加減してください。）

⑥器に麦ごはんを盛り、⑤のとろろ汁をかけ、青のり粉を散らします。

※麦の量は、お好みに応じてカップ½〜1の間で調節してください。

ワンポイント

- トッピングは、オクラのしょうゆあえや、ねぎとわさび、たらこ、高菜炒めなどお好みのものを。

ひじき入り玄米ごはん

健康メニュー 玄米

でき上がり目安:約90分

●1人分　約460kcal

材料（4人分）

- 玄米……カップ3
- A ｛油揚げ……2枚／もどしたひじき……80g／にんじん（せん切り）……60g
- B ｛酒……大さじ2／しょうゆ……大さじ1½／塩……小さじ1
- 白いりごま……少々

作りかた

①油揚げは熱湯で油抜きしてから、たんざくに切ります。

②玄米は軽く洗い、ごみなどを取り除いてからBを入れて軽くかき混ぜ、「玄米」の水位目盛3よりやや少なめに水加減します。

③Aをのせ、健康メニューの[玄米]を選び、[炊飯]ボタンを押します。

④炊き上がったら、ほぐして器に盛り、白いりごまを振ります。

赤飯

健康メニュー　炊込み

でき上がり目安:約50分
●1人分　約440kcal

ワンポイント
- ささげは、弱火で20〜30分硬めにゆでてください。
- 水加減したあとはすぐ炊いてください。時間がたつとささげが水を吸って、うまく炊けないことがあります。

材料（4人分）

米（うるち米）	カップ½
もち米	カップ2½
ささげ	50g
塩	小さじ½

作りかた

①米ともち米は合わせて研ぎ、ざるにあげて水気をきります。
②ささげは一度ゆでこぼし、新しい水で硬めにゆで、ささげとゆで汁を分けて冷まします。
③①に、ゆで汁と水を加え、「おこわ」の水位目盛3に水加減し、塩を入れてかき混ぜます。
④②のささげをのせ、健康メニューの炊込みを選び、炊飯ボタンを押します。
⑤炊き上がったら、ほぐして器に盛ります。

山菜おこわ

健康メニュー　炊込み

でき上がり目安:約50分
●1人分　約620kcal

材料（4人分）

米（うるち米）		カップ1
もち米		カップ2
山菜ミックス（水煮）		200g
油揚げ		1枚
A	酒	大さじ2
A	しょうゆ	大さじ1
A	塩	小さじ½
A	砂糖	大さじ1
白ごま		少々

作りかた

①米ともち米は合わせて研ぎ、ざるにあげて水気をきります。
②油揚げは熱湯で油抜きし、たんざくに切ります。山菜は水気をきっておきます。
③①にAを入れて軽くかき混ぜ、水を加え、「おこわ」の水位目盛3に水加減します。
④②をのせて、健康メニューの炊込みを選び、炊飯ボタンを押します。
⑤炊き上がったら、ほぐして器に盛り、白ごまをふりかけます。

すしめし

炊き分け　白　米

でき上がり目安:約45分
●1人分　約420kcal

作りかた

①下ごしらえ
昆布は、ふきんで拭いて汚れを取り、切り込みを4〜5か所入れておきます。

②水加減
米を研いでから、「白米硬（すし）」の水位目盛3に水加減し、昆布をのせます。

③炊き分け「白米」にして炊飯
炊き分け「白米」を選び、炊飯ボタンを押します。

④酢をかける
炊き上がったら、昆布を取り出し、飯台にごはんを移します。お好みに合わせ、合わせ酢Aまたは合わせ酢Bを全体にかけて切るように混ぜます。

⑤冷ます
混ぜて1分ほどしたら、うちわであおぎ、人肌程度に冷まし、ぬれぶきんをかけておきます。

材料（4人分）

米（うるち米）		カップ3
昆布		15cm
〔合わせ酢A〕	酢	大さじ5
	砂糖	大さじ1
	塩	小さじ1弱
〔合わせ酢B〕	酢	大さじ5
	砂糖	大さじ2
	塩	小さじ1弱

ワンポイント
- 合わせ酢は、好みにより調節してください。
- 魚介類を使ったおすしは、甘さを抑えた〔合わせ酢A〕を、ちらしずし・いなりずしは甘めの〔合わせ酢B〕をおすすめします。
- 合わせ酢は、お好みによりA・Bのどちらかを準備してください。

五目ちらし

炊き分け　白　米

でき上がり目安:約45分
●1人分　約610kcal

材料（4人分）

干ししいたけ		8枚
にんじん		30g
干ぴょう		30g
A	だし汁	カップ2
A	砂糖	大さじ6
A	しょうゆ	大さじ4
A	みりん	大さじ3
A	塩	少々
れんこん		80g
だし汁		大さじ2
B	酢	大さじ2
B	砂糖	大さじ1
B	塩	少々
えび		10尾
きんし玉子		1個分
木の芽		10枚
ごま		大さじ2
桜でんぶ		少々
紅しょうが		少々

※他に「すしめし」の材料が必要です。

作りかた

①すしごはんは「すしめし」で作ります。酢は〔合わせ酢B〕にします。
②水でもどして石づきを取った干ししいたけ、にんじんはせん切りにします。干ぴょうは塩もみして洗い、やわらかくゆでてから1cmの長さに切ります。
③②をAで汁がなくなるまで煮つめます。
④れんこんは薄切りにして酢水につけてアクを抜き、軽く熱湯に通してBにつけておきます。
⑤えびは殻をむいて背わたを取り、ゆでます。
⑥①に③とごまを混ぜ合わせ、器に盛って④、⑤、桜でんぶ、きんし玉子、紅しょうが、木の芽を散らします。

仕様

型名		1.0Lタイプ		1.8Lタイプ	
		RZ-CG10J	RZ-CD10J	RZ-CG18J	RZ-CD18J
炊飯容量		0.09L(0.5合)～1.0L(5.5合)		0.18L(1合)～1.8L(1升)	
電源		交流100V			
定格周波数		50-60Hz共用			
消費電力	炊飯時	1400W		1400W	
	保温時	30W (おさえめ保温の場合26W)	27W (おさえめ保温の場合23W)	34W (おさえめ保温の場合30W)	34W (おさえめ保温の場合30W)
コードの長さ		1.0m			
大きさ	幅	27.2cm		30.9cm	
	奥行	36.3cm		40.9cm	
	高さ	20.5cm		22.9cm	
質量(重さ)		約4.4kg	約4.2kg	約5.7kg	約5.4kg

※保温時(平均)の電力は、安定時1時間あたりの保温消費電力です。(室温20℃の場合)
※「切」の状態での1時間あたりの消費電力は約0.8Wです。

保証とアフターサービス (必ずお読みください)

■保証書(裏表紙)
保証書は、必ず「お買い上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、販売店から受け取っていただき内容をよくお読みのあと大切に保管してください。
- 保証期間はお買い上げの日から1年間、内がま内面フッ素被膜は3年間です。

■補修用性能部品の保有期間
IH ジャー炊飯器の補修用性能部品の保有期間は製造打切り後6年です。
- 補修用性能部品とは、その商品の機能を維持するために必要な部品です。

■ご不明な点や修理に関するご相談は
修理に関するご相談並びにご不明な点は、お買い上げの販売店またはお近くの日立家電品のお客様ご相談窓口一覧表(31ページ)の窓口にお問い合わせください。

■ご転居されるときは
ご転居により、お買い上げの販売店のアフターサービスを受けられなくなる場合は、前もって販売店にご相談ください。ご転居先での日立の家電品取扱店を紹介させていただきます。

■修理を依頼されるときは 持込修理
「こんなときは」(20ページ)を調べていただき、なお異常のあるときは、スイッチを切りコンセントからプラグを抜き、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

●保証期間中は
修理に際しましては、保証書をご提示ください。保証書の規定に従って販売店が修理させていただきます。

●保証期間が過ぎているときは
修理すれば使用できる場合には、ご希望により修理させていただきます。

■修理料金の仕組み
修理料金＝技術料＋部品代

技術料	故障した製品を正常に修復するための料金です。技術者の人件費、技術教育費、測定機器等設備費、一般管理費等が含まれています。
部品代	修理に使用した部品代金です。その他修理に付帯する部材等を含む場合もあります。

日立家電品のお客様ご相談窓口一覧表

(家庭電気製品の表示に関する公正競争規約による表示)

日立家電品についてのご相談や修理はお買上げの販売店へ

なお、転居されたり、贈物でいただいたものの修理などで、ご不明な点は下記窓口にご相談ください。

修理などアフターサービスに関するご相談は
TEL 0120−3121−68
FAX 0120−3121−87

商品情報やお取り扱いについてのご相談は
TEL 0120−3121−11
FAX 0120−3121−34

一般ご相談窓口

家電品についてのご意見やご要望は各地区のお客様相談センターへ

担当地域	電話番号	所在地
北海道地区	011−833−5088	札幌市白石区東札幌2条4−1−10
東北地区	022−232−5088	仙台市宮城野区扇町1−1−45
関東・甲信越地区	03−3834−8588	台東区東上野2−7−5 (日立家電上野ビル)
中部地区	052−795−5088	名古屋市守山区新守町59 (日立家電新守山ビル)
関西地区	078−431−5088	神戸市東灘区甲南町1−3−8
中国地区	082−231−5088	広島市西区観音新町1−7−17
四国地区	0877−47−1088	坂出市林田町4285−143
九州・沖縄地区	092−281−5088	福岡市博多区店屋町7−18 (博多渡辺ビル)

●ご相談窓口の名称、所在地等は変更になることがありますのでご了承ください。 −03A−

愛情点検

長年ご使用の IH ジャー炊飯器の点検を！●IH ジャー炊飯器の補修用性能部品の保有期間は、製造打切り後6年です。

こんな症状はありませんか
- プラグやコードが異常に熱くなる。
- コードに傷がついていたり、ふれると通電したりしなかったりする。
- こげくさいにおいがする。
- 炊飯中底部のファンが回っていない。
- その他の異常・故障がある。

お願い
故障や事故防止のため、スイッチを切りコンセントからプラグを抜き販売店にご連絡ください。点検・修理についての費用など詳しいことは販売店にご相談ください。

日立ホーム&ライフソリューション株式会社
〒105-8410 東京都港区西新橋2-15-12 電話03(3502)2111

日立 IH ジャー炊飯器保証書 持込修理

保証期間内に取扱説明書、本体ラベル等の注意書きにしたがって正常な使用状態で使用していて故障した場合には、本書記載内容にもとづきお買い上げの販売店が無料修理いたします。
お買い上げの日から下記の期間内に故障した場合は、商品と本書をお持ちいただき、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。なお、商品をお買い上げの販売店(修理申出先)やメーカーへ送付した場合の送料等はお客様の負担となります。

※型名		※お買い上げ日	保証期間
		平成　年　月　日	本体：1年 内がま内面フッ素被膜：3年
※お客様	ご住所	〒	
	ご芳名		様
※販売店	住所		
	店名	電話	

※印欄に記入のない場合は無効となりますから必ずご確認ください。

1. 保証期間内でも次のような場合には有料修理となります。
(イ) 使用上の誤り、または改造や不当な修理による故障または損傷。
(ロ) お買い上げ後の落下、引っ越し、輸送等による故障または損傷。
(ハ) 火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や異常電圧による故障または損傷。
(ニ) 車両、船舶にとう載して使用された場合に生じた故障または損傷。
(ホ) 業務用に使用されて生じた故障または損傷。
(ヘ) 本書のご提示がない場合。
(ト) 本書に型名、お買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き換えられた場合。
(チ) 下記の使いかたをした場合の内がま内面フッ素被膜のふくれ、はがれ、変色、色むら、変形。
- 金属製のおたま、スプーン、泡立て器、食器などかたいものを入れたり、使った場合。
- 内がまをお手入れの際に金属たわし、ナイロンたわしなどを使用した場合。
- 台所用中性洗剤以外の洗剤や漂白剤、クレンザーなどを使った場合。
- 内がまの中で酢を使った場合。
- 白米以外(みそ汁、カレー汁等の汁物や炊込みごはんなど)の保温をした場合。
- お買い上げ後の落下や輸送などで生じたへこみ。
- その他取扱説明書、本体貼付ラベルなどの記載事項にそわない使いかたをした場合。

2. この商品について出張修理をご希望の場合には、出張に要する実費を申し受けます。
3. ご転居の場合は事前にお買い上げの販売店にご相談ください。
4. 贈答品等で本書に記入してあるお買い上げの販売店に修理をご依頼になれない場合には取扱説明書の31ページの日立家電品ご相談窓口一覧表をご覧のうえ、お近くの窓口にご相談ください。
5. 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保存してください。
6. 本書は日本国内においてのみ有効です。Effective only in Japan.

●この保証書は本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。
したがってこの保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理等についてご不明の場合は、お買い上げの販売店または取扱説明書の31ページの日立家電品ご相談窓口一覧表の窓口にお問い合わせください。
保証期間経過後の修理、補修用性能部品の保有期間について詳しくは、取扱説明書をご覧ください。

修理メモ

日立ホーム＆ライフソリューション株式会社
〒105−8410 東京都港区西新橋2−15−12 電話 (03)3502−2111

NH215587-01 2004-05(DC·M)2